

**STATUS VO_2MAX SISWA KELAS KHUSUS OLAHRAGA CABANG
OLAHRAGA SEPAKBOLA DI SMA NEGERI 4 YOGYAKARTA
DAN SMA NEGERI 1 SEWON BANTUL**

Oleh:

Haryo Nurhandharu
NIM. 08602241004

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui status VO_2Max siswa Kelas Khusus Olahraga cabang olahraga sepak bola di SMA Negeri 4 Yogyakarta dan SMA Negeri 1 Sewon Bantul.

Metode yang digunakan adalah survei, dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 4 Yogyakarta dan di SMA Negeri 1 Sewon Bantul yang berjumlah 56 siswa. Sampel yang diambil dari hasil *purposive sampling* berjumlah 47 siswa, SMA Negeri 4 Yogyakarta yang berjumlah 22 siswa dan di SMA Negeri 1 Sewon Bantul yang berjumlah 25 siswa. Instrumen yang digunakan adalah tes *multistage*. Analisis data menggunakan deskriptif persentase dan uji t.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa; (1) status VO_2Max siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepak bola di SMA Negeri 4 Yogyakarta berada pada kategori sangat buruk sebesar 0% (tidak ada siswa), pada kategori buruk sebesar 9.09% (2 siswa), kategori sedang sebesar 40.91% (9 siswa), kategori baik sebesar 45.45% (10 siswa), dan kategori sangat baik sebesar 4.54% (1 siswa) dan kategori istimewa sebesar 0% (tidak ada siswa). (2) status VO_2Max Kelas Khusus Olahraga cabang sepak bola di SMA Negeri 1 Sewon Bantul berada pada kategori sangat buruk sebesar 0% (tidak ada siswa), pada kategori buruk sebesar 4% (1 siswa), pada kategori sedang sebesar 24% (6 siswa), kategori baik sebesar 56% (14 siswa), dan kategori sangat baik sebesar 16% (4 siswa) dan istimewa sebesar 0% (tidak ada siswa). (3) Status VO_2Max siswa Kelas Khusus Olahraga cabang olahraga sepak bola SMA Negeri 1 Sewon Bantul lebih baik daripada SMA Negeri 4 Yogyakarta, dengan t hitung $1.954 > t$ tabel = 1.679 dan sig. $0.047 > 0.05$, dan selisih VO_2Max sebesar 2.29945 ml/kg/min.

Kata kunci: daya tahan umum (general endurance), kelas khusus olahraga sepakbola di SMA Negeri 4 Yogyakarta dan SMA 1 Sewon Bantul.